

**KARYA TULIS ILMIAH**

**HUBUNGAN ANTARA LAMA MENGONSUMSI KOPI  
DENGAN KADAR KOLESTEROL**



**DISUSUN OLEH :**

**MOH.IMRON ROSYIDI**

**20150662110**

**PROGRAM STUDI D3 ANALIS KESEHATAN**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

**2018**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**HUBUNGAN ANTARA LAMA MENGONSUMSI KOPI  
DENGAN KADAR KOLESTEROL**

**Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Analis Kesehatan Pada  
Program Studi D3 Analis Kesehatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surabaya**



**DISUSUN OLEH :**

**MOH.IMRON ROSYIDI**

**20150662110**

**PROGRAM STUDI D3 ANALIS KESEHATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

**2018**

## LEMBAR PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Moh.Imron Rosyidi

NIM : 20150662110

Program Studi : D3 Analis Kesehatan

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar tulisan karya saya sendiri bukan plagiasi, baik sebagian maupun keseluruhan. Bila kemudian hari terbukti hasil plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berada di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 3 Agustus 2018

Yang menyatakan,



Moh.Imron Rosyidi

NIM. 20150662110

**PERSETUJUAN**

**Karya Tulis Ilmiah ini telah diperiksa dan disetujui isi serta susunannya,  
sehingga dapat diajukan dalam ujian sidang Karya Tulis Ilmiah pada  
Program Studi D3 Analis Kesehatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surabaya**

**Surabaya, 3 Agustus 2018**

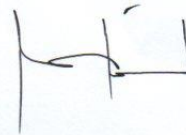
**Menyetujui,**

**Pembimbing I**



**Nur Vita Purwaningsih, S.ST., M.Kes**

**Pembimbing II**



**Ir. Ruspeni Daesusi M.Kes**

**Mengetahui,**

**Ketua Program Studi**



**FitrotinAzizah, S.ST., M.Si**

**PENGESAHAN**


Karya Tulis Ilmiah ini telah dipertahankan didepan tim penguji Ujian Sidang  
Karya Tulis Ilmiah pada Program Studi D3 Analis Kesehatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya

Pada tanggal, 02 Agustus 2018


Tim penguji

Tanda Tangan

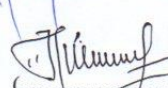
Penguji I : NurVita Purwaningsih, S.ST., M.Kes

(  
.....)

Penguji II : Ir.Ruspeni Daesusi M.Kes

(  
.....)


Penguji III : Suyatno Hadi S,S.kep.Ners, M Ked.Trop

(  
.....)

Mengesahkan,

Dekan FIK UMSurabaya



  
Dr. Mundakir., S.Kep., Ns., M.Kep

## **MOTTO**

**“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai dari (satu urusan) maka kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain, dan hanya kepada Allah SWT hendaknya kamu berharap”**

**Berangkat dengan penuh keyakinan**

**Berjalan dengan penuh keikhlasan**

**Bersabar dalam menghadapi cobaan**

**Bagiku keberhasilan bukan di nilai melalui hasilnya tetapi lihatlah proses dan kerja kerasnya, tanpa adanya proses dan kerja keras maka keberhasilan tidak mempunyai nilai yang berarti, lihatlah bagaimana seorang bayi yang mencoba berjalan. Niscaya akan kau temukan, bahwa manusia pasti akan jatuh.**

**“Hanya manusia terbaik lah yang mampu bangkit dari ke jatuhannya”**

**Kontruksi kehidupan di bangun dengan keyakinan, diperkuat dengan gerakan, di indah dengan mimpi demi menuju kesempurnaan.**

**Jadi pemimpi itu menyenangkan, tapi lebih menyenangkan lagi menyiapkan calon pemimpi untuk hari esok.**

## PERSEMBAHAN

**Sujud syukur ku persembahkan pada Allah SWT, berkat dan rahmat detak jantung, denyut nadi, nafas dan putaran roda kehidupan yang diberikan-Nya hingga saat ini saya dapat mempersembahkan Karya Tulis Ilmiah ku kepada orang-orang tersayang :**

**Kedua orang tuaku ayah dan ibuk tercinta yang tak pernah lelah membesarkanku dengan penuh kasih sayang, serta memberi dukungan, perjuangan, motivasi dan pengorbanan dalam hidup ini. Terimakasih buat ayah dan ibuk.**

**Kakak ku beserta keluargaku yang selalu memberikan dukungan, semangat dan selalu mengisi hari-hariku dengan canda tawa dan kasih sayangnya. Terimakasih buat kakak dan keluargaku.**

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan tepat waktu. Dalam Karya Tulis Ilmiah ini penulis membahas tentang “HUBUNGAN ANTARA LAMA MENGONSUMSI KOPI DENGAN KADAR KOLESTEROL” yang disusun sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan di Program Studi D3 Analis Kesehatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini tidak mungkin terselesaikan dengan baik tanpa dukungan, bimbingan, bantuan, serta do'a dari berbagai pihak selama penyusunan Karya Tulis ilmiah ini berlangsung. Pada kesempatan ini penulis hendak menyampaikan banyak terimakasih.

Surabaya, 3 Agustus 2018

Penulis



## UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat, Karunia serta Hidayah-Nya sehingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan dengan lancar dan tepat waktu. Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini tentunya penulis membutuhkan banyak bimbingan dan dukungan, maka dengan rasa rendah hati penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. dr. H.Sukadiono, MM selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surabaya.
2. Bapak Dr. Mundakir, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.
3. Ibu Fitrotin Azizah, S.ST., MSi selaku Ketua Program Studi D3 Analisis Kesehatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.
4. Ibu Nur Vita Purwaningsih, S.ST., M.Kes selaku pembimbing I yang telah menuntun, membimbing dan menguji dengan penuh kesabaran sehingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik dan lancar.
5. Ibu Ir.Ruspeni Daesusi M.Kes selaku pembimbing II yang telah menuntun, membimbing dan menguji dengan penuh kesabaran sehingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik dan lancar.
6. Ibu Diah Ariana, ST., M.Kes selaku dosen wali yang selama ini memberi masukan, dukungan dan membimbing dengan penuh kesabaran.
7. Seluruh dosen dan seluruh staff pengajar di Program Studi D3 Analisis Kesehatan yang telah memberikan ilmu, bimbingan dan nasehat selama menempuh pendidikan.

8. Untuk Ayah dan Ibu tercinta yang selalu memberikan dorongan materi serta tidak pernah lelah mendo'akan dan memberi semangat dalam setiap langkah.
  9. Untuk Adi noval,Amik,Iqbal,Haris,Rere serta semua sahabat-sahabatku yang telah membantu dan memberikan semangat untuk menyelesaikan tugas akhir ini, sukses untuk kita semua.
  10. Seluruh teman seperjuangan angkatan 2015 khususnya kelas B Program Studi D3 Analis Kesehatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya yang selalu memberikan semangat dengan tulus hati sehingga Karya Tulis Ilmiah ini tersusun dengan lancar.
  11. Semua pihak yang telah berjasa membantu terselesainya Karya tulis ilmiah ini yang tidak bisa disebutkan satu per-satu. Semoga Allah SWT dengan Kebesaran dan Kuasa-Nya senantiasa memberikan imbalan yang sesuai, Aamiin Aamiin yaa Robbal 'alamin.
- Akhir kata semoga Karya Tulis saya yang sangat sederhana dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya dibidang kesehatan.

Surabaya, 3 Agustus 2018

Penulis

Moh.Imron Rosyidi

## DAFTAR ISI

Halaman Sampul Depan.....	
Halaman Sampul Dalam .....	i
Lembar Pernyataan Tidak Plagiat.....	ii
Lembar Persetujuan .....	iii
Lembar Pengesahan .....	iv
Motto.....	v
Persembahan.....	vi
Kata Pengantar.....	vii
Ucapan Terima Kasih.....	viii
Daftar Isi.....	x
Daftar Tabel.....	xii
Daftar Gambar.....	xiii
Daftar Lampiran .....	xiv
Abstrak.....	xv
Abstract .....	xvi

### **BAB I PENDAHULUAN**

1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	4
1.4.2 Manfaat Praktis.....	4

### **BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA**

2.1 Tinjauan Pengonsumsi Kopi.....	5
2.1.1 Definisi Pengonsumsi Kopi .....	5
2.1.2 Macam-Macam Kopi.....	6
2.1.3 Kandungan Kopi .....	6

2.1.4 Manfaat Kopi .....	9
2.1.5 Dampak konsumsi Kopi Berlebihan .....	11
2.2 Tinjauan Kolesterol .....	14
2.2.1 Definisi Kolesterol .....	14
2.2.2 Macam-Macam Kolesterol .....	15
2.2.3 Metabolisme Kolesterol Dalam Tubuh. ....	19
2.2.4 Manfaat Kolesterol Dalam Tubuh.....	20
2.2.5 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kadar Kolesterol .....	21
2.3 Efek Jangka Lama mengonsumsi kopi.....	22
2.4 Hipotesis .....	23

### **BAB 3 METODE PENELITIAN**

3.1 Jenis Penelitian .....	24
3.2 Populasi dan Sampling .....	25
3.2.1 Populasi Penelitian .....	25
3.2.2 Sampel Penelitian.....	25
3.3 Lokasi Dan Waktu Penelitian .....	26
3.3.1 Lokasi Penelitian.....	26
3.3.2 Waktu Penelitian .....	26
3.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional .....	26
3.4.1 Variabel Penelitian .....	26
3.4.2 Definisi Operasional Variable.....	27
3.5 Metode Pengumpulan Data .....	27
3.6 Tabulasi Data .....	30
3.7 Metode Analisa Data.....	31

### **BAB 4 HASIL PENELITIAN**

4.1 Hasil Penelitian .....	32
4.2 Analisis Data.....	33

### **BAB 5 PEMBAHASAN**

5.1 Pembahasan .....	35
----------------------	----

### **BAB 6 SIMPULAN DAN SARAN**

6.1 Simpulan.....	39
6.2 Saran.....	39

### **Daftar Pustaka**

### **Lampiran**

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Contoh Hasil Kadar Kolesterol Mengonsumsi Kopi. ....	30
Tabel 4.1	Lama Mengonsumsi Kopi Dan Kadar Kolesterol.....	32
Tabel 4.2	Data Transformasi Log Lama Mengonsumsi Kopi Dan Kadar Kolesterol.....	33
Tabel 4.3	Hasil uji Pearson (Pearson Correlations).....	34

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Struktur Kimia Kolesterol. ....	15
Gambar 2.2	Perbandingan Komposisi Penyusun 4 Kelas Besar Lipoprotein ...	15
Gambar 2.3	Penyumbatan Arteri Oleh Kolesterol .....	18
Gambar 3.1	Rancangan Penelitian .....	24
Gambar 5.1	Interval Kekuatan Hubungan Korelasi .....	38

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Permohonan Izin Penelitian

Lampiran 2 Hasil Penelitian

Lampiran 3 Surat Publikasi

Lampiran 4 Lembar Revisi

Lampiran 5 Pusat Bahasa

Lampiran 6 Dokumentasi

Lampiran 7 Kartu bimbingan

Lampiran 8 Lembar Kuisisioner

Lampiran 9 Uji Normalitas

## DAFTAR PUSTAKA

- Anonim., 2009. Trigliserida sama bahayanya dengan kolesterol. <http://informasitips.com/trigliserida-lemak-dan-kaitannya-dengan-kolesterol>. Diakses 21 mei 2018.
- Adib M. 2010. Kupas tuntas kolesterol. Dianloka Printika : Yogyakarta. Diakses 07 juni 2018.
- Akang. 19 September 2009. Si Jahat dan Si Baik itu Bernama Kolesterol. <http://aa-kolesterol.blogspot.com/>. Diakses pada 18 mei 2018.
- Alhanin, J. 2001. Kadar Kolesterol Serum Darah Mencit (*Mus musculus*) Swis Webstar Setelah Pemberian Filtrat Bawang Merah (*Alium cepa var ascolinum*). Skripsi. Semarang : Unnes Press. Diakses 05 juni 20108.
- Dayen Tri Rejeki Herdiana.tanyadokter/2703137. Hubungan-kopi-kolesterol-asam-urat. Oktober, 21, 2015. Diakses 16 mei 2018.
- Deviana, 2010. Risiko Kolesterol Darah dan Diet Lemak, Jurnal Farmasi Pancasila, 1 (1), 9-16.
- Dwi T., 2010. Perbedaan Kadar Kolesterol LDL Darah Tikus *Sprague dawley* pada Pemberian Kopi Filter Dan Tanpa Filter. *Jurnal penelitian Uninversitas Diponegoro*. Hal 3.
- Faritz. 2007. *Konsumsi Kopi Berlebihan*. <http://forum.duung.net/index.php/>. Diakses 20 mei 2018.
- Fery, 2011. Artikel Ilmu Bahan Makanan dan Bahan Penyegar. Kopi. Universitas Diponegoro. Fakultas Kedokteran. Diakses tanggal 15 mei 2018.
- Ganong, W. F. 2001. Fisiologi Kedokteran edisi ke-20. Terjemahan: H. M. D Widjajakusumah. Penerbit buku kedokteran EGC. Surabaya.



- Guyton, A. C. & J. E. Hall. 2006. Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Ed ke-9. Terjemahan: Irawati Setiawan. EGC. Surabaya.
- Joe, S. 2010. *Efek Kopi Untuk Kesehatan*.  
<http://www.Jonpunya.com/index.php?mod=blog&det=45&t=Efek-kopi-terhadap-kesehatan>. Diakses tanggal 19 mei 2018.
- Kee, S. 2007.*High Blood Cholesterol and Triglycerides (Lipid Disorder)*.  
<http://www.healthline.com/health/high-cholesterol/lipid-disorder#Overview1>. Diakses 21 mei 2018.
- Lestari, 2009. Konsumsi Kopi Masyarakat Perkotaan dan Faktor-Faktor yang Berpengaruh: Kasus di Kabupaten Jember. *Pelita Perkebunan*. Vol 25 (3) : 216—235.
- Nawrot P., Jordan S., Eastwood J., Rotsein J., dan Feeley M., 2003. Effect of caffeine on human health. *Jurnal Additives and Contaminants*.(1) : Hal 3.
- Nilawati S., Krisnatuti D., Mahendra B., dan Gin Djing O., 2008. *Care yourself, kolesterol*.
- Putra, 2009. Pengaruh suhu penyangraian terhadap aktivitas antioksidan kopi robusta. *Jurnal nusa kimia*. Universitas Nusa Bangsa. Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam.
- Raka. 2010. *Kopi Meningkatkan Kadar Kolesterol ?*.  
<http://majalahkesehatan.com/kopi-meningkatkan-kadar-kolesterol/>.  
Diakses 20 mei 2018.
- Roos, dkk. 2001. Wordpress.com/2014/06/06pemeriksaan-kadar-kolesterol-total-dengan-sampel-serum-dan-sampel-plasma-edta. Diakses 16 mei 2018.
- Sinaga, Y. O., 2012. Gambaran Kadar Kolesterol High Density Lipoprotein Darah pada Mahasiswa Angkatan 2011 Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi dengan Indeks Massa Tubuh  $\geq 23,0$  kg/m<sup>2</sup> . *Jurnal e-Biomedik (eBM)* Vol.1, No.3.

Sukandar,dkk.,2008.“AnalisaKopi”.<http://www.gedoor.com/wpcontent/uploads/2011/Analisa-Kopi-publish>. (Diakses 30 mei 2018).

Tasya, 2009. *Sifat-sifat Kopi*. Simanjuntak R.E., (ed).

Wahyuningsih D., 2010. Perbedaan Kadar Trigliserida Serum Tikus *Srage Dawley* Pada Pemberian Kopi Robusta Filter dan Tanpa Filter.

Zindany M. F. Dan Kadri H., 2014. Pengaruh pemberian kopi terhadap kadar Kolesterol dan Trigliserida pada Tikus Wistar (*Rattus novergiccus*). 3(1) : Hal 1-2.